كتـــــاب

مقالة في الحمام

تأليف

بدر الدين محمد بن محمد القوصوني

Badr Al-Din Mohammed Bin Mohammed Al-Qawsouni

في الشافي لابن البقاء ابن الضياء الحنفي في البحر العميق في الحج الى بيت الله العتيق ما صورته لا بأس بان يغتسل المحرم وان يدخل الحمام لما روي عن ابن عباس رضي الله عنهما انه دخل حمام الجحفة وهو محرم فقيل له اتدخل الحمام وانت محرم فقال ان الله ما يعبأ باوساخنا شيئا رواه سعيد بن منصور والشافعي رضي الله عنه انتهى

هذه مقالة في الحمام

لسيد الحكماء العظام [illegible] الفقهاء الاعلام

العالم الفاضل [illegible]

سيدنا الشيخ [illegible]

الحنفي [illegible]

الكريم [illegible]

مؤلف هذا الكتاب هو صاحبنا وصديقنا الشيخ بدر الدين محمد القوصوني الحنفي رئيس الحكماء في زمن السلطان [illegible] سنة عشرين وتسعمائة وكان ذكيا حاذقا فاضلا كاملا متفننا انتهت اليه رياسة الطب مع المشاركة التامة في غيره من العلوم فائقا في الادب والنظم والنثر وفيه اليد الطولى اجتمعت به بمصر [illegible] وبيني وبينه مراسلات ومطارحات نظما ونثرا وكتبت هذه [illegible] السلطان سليمان بن سليم خان [illegible] فقدم عليه في عام خمس وخمسين وتسعمائة [illegible] ولطفه احسن ملاطفة الى ان [illegible] جدا [illegible] بابن [illegible] الشيخ [illegible] رئيس الحكماء [illegible] [illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible]

[illegible] السلطان سليمان رحمه الله تعالى [illegible] السلطان سليم [illegible] وكان جليل القدر [illegible] مصنفات [illegible] كتابا في طبقات الاطباء [illegible] طبقات ابن ابي اصيبعة [illegible] جامعا [illegible] تراجم الاطباء [illegible] فاعجبه [illegible] وكان [illegible] سليمان [illegible] الوزير [illegible] انه توفي [illegible] في سنة [illegible] رحمه الله تعالى [illegible]

بسم الله الرحمن الرحيم وهو حسبي ونعم الوكيل

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على سيدنا محمد وعلى آله وصحبه أجمعين

وبعد فهذه مقالة لطيفة في الكلام على الحمام ومنافعه وكيفية استعماله للصحيح والمريض تداركا للخطأ الواقع في استعماله ابتغاء بإشارة شيخ المسلمين ووارث علوم الأنبياء والمرسلين قطب دائرة العالم وبهجة المتفرد ... العالم الرباني والمحقق الصمداني أبي الحسن البكري الصديقي سبط أبي الحسن ... أفاض على جميع المسلمين من مدده ... [illegible] ... أبواب وخاتمة

المقدمة في بيان احتياج الإنسان في كثير من الأوقات إلى الحمام [illegible] **الباب الأول** [illegible] **الباب الثاني** [illegible] ... والماء واختلاف الاستعمال **الباب الثالث** في تعريف الضعيف إذا دخل الحمام **الباب الرابع** في جمل من كلام الأئمة ... استحمام المرضى موضعه

الباب [illegible] ... ومتدارك الخطأ الواقع في استعماله [illegible] ... الاغتسال بالماء البارد وشروط استعماله

المقدمة في بيان احتياج الإنسان في كثير من الأوقات إلى الحمام . اعلم أن الإنسان لرطوبة غذائه وكثرة تفننه فيه وضعف مسامه وكونه بادي البشرة بكثرة الفضول في نواحي جلده وكذلك يحدث له من القمل ونحوه ما لا يحدث لغيره من الحيوانات وأما غير الإنسان من الحيوانات فإن أكثر فضوله تندفع فيما له من الوبر والشعر والريش ونحو ذلك وما يكثر من هذه الفضول في بدن الإنسان يحتاج إلى إخراجه وتنقية البدن منه فما كان في ظاهر الجلد احتيج إلى غسله وتنقيته وما كان تحت الجلد احتيج إلى تحليله وإخراجه فيحتاج إلى أن يغتسل بما في ظاهر الجلد ولا بد وأن يكون ذلك الماء ... الأكثف ومنع التحلل حبس الفضول في داخل البدن ويحتاج ... الموضع الذي يستعمل فيه الاغتسال حارا أيضا ليكون ... الاغتسال والتعين على تحلل الفضول التي تحت الجلد وما في ... جار ... بسهولة لا يمكن إلا بالصناعة وذلك ... ولا بد وأن يكون ذلك الهواء ... [illegible]

[illegible] ... على الاغتسال ... حار

في موضع هواءه حار وهو الموضع الذي يكون ذلك هو الحمام **الباب الأول** في صفة الحمام الفاضل قد ثبت أن الحمام لا بد وأن يكون موضعا يشتمل على هواء حار حتى يسهل التعري فيه للاغتسال فلا بد وأن يكون هذا الموضع بحيث يمتنع نفوذ الرياح إليه والا كان يرد هواءه فلذلك يمنع فيه من الطاقات والكوى والأبواب المتفتحة إلى جهات الرياح ونحو ذلك ولا بد وأن يكون جدرانه كثيفة لتمنع نفوذ الهواء البارد والرياح فلذلك ينبغي أن يكون مبنيا بالحجارة ونحوها وقد يتخذ الحمام من الخشب وذلك إذا أريد أن يكون حماما متنقلا وحينئذ يحتاج أن يكون ذلك الخشب مما لا خلل فيه وإن كان فيه خلل فليكن مستورا باللبود ونحوها وإذا كان الحمام متخذ الشخص معين فيجب أن يكون حرارته بالقدر الذي يليق بمزاج ذلك الشخص وإن كان متخذا للناس عامة احتيج أن يكون ذا بيوت ليكون بعضها أسخن من بعض فيكون كل منهم ما يوافق مزاجه ملائمة لهواءه ولما كان تسخين الهواء والماء إنما يكون بالنار فكما ... دخول النار إلى الحمام رديء جدا كما سيأتي وجب أن يكون موضع هذه النار من خارج الحمام فلذلك لا بد أن يكون من بيت يكون للنار والسخونة لهواءه وما دونها كان موضع الثياب التي تنزع في داخل الحمام مما يعرضها للابتلال ونحو ذلك احتيج أن يكون للحمام بيت آخر توضع فيه الثياب وهو المسمى المسلخ وهذا البيت يحتاج إليه لأمر آخر فإنه قد يحتاج الخارج من الحمام من المرضى من يجب أن لا يتحرك بعد الخروج منه كالمعقوق مثلا فيكون هذا البيت معدا لأن يستريح فيه فلذلك لا بد من اشتمال الحمام العام على بيت للنار وبيت لوضع الثياب وبيوت مختلفة في الحرارة يكون فيها الاغتسال ويجب أن يكون بيت النار في أبعد المواضع عن المسلخ لتكون الحرارة سارية منه في البيوت على التدريج ولا بد وأن يكون مستترا من البيوت بحيث لا يصير حطبا بكثرة صب الماء فلذلك لا بد وأن تكون أرض الحمام مفروشة بالرخام ونحوه أو بالخشب إن كان الحمام متنقلا ولما كانت هذه البيوت مما يمنع فيه من نفوذ الهواء البارد والرياح وكان ذلك مما يمنع من اتخاذ الكوى والطاقات كما تقدم فلا بد أن تكون هذه البيوت مظلمة فيحتاج إلى ما يدخل فيها الضوء وليس ... أن يكون ذلك دائما بالسرج ونحوها ... فاحتيج إلى ... شفافة كالزجاج ليكون ... الضوء بإشفافه

ما فيه من نفوذ الهواء الرياح وافضل الحمامات ما اجتمع فيه
اوصاف منها ان يكون متسع الفضا لان الهوا يكون فيه كثيرا فيكون
خروج النفس ودخوله سهلا فان الحمام الصغير جدا يكون خروج
النفس ودخوله فيه عسر لان الهوا الذي فيه يكون قليلا ودخول النفس انما
يكون باخذ شي من ذلك الهوا فيبقى الباقي غير واف على المكان لا بان يتخلخل
وينبسط وكذلك خروج النفس انما يكون بايراد هوا اخر على هوا الحمام وانما
يمكن ذلك بان يتكاثف ذلك الهوا حتى يتسع له الوارد فاذا كان الحمام
صغيرا اكثر هذا التكاثف والتخلخل في هواه بالنسبة اليه وذلك لا محالة
عسر فلذلك يكون دخال النفس واخراجه في الحمام الصغير عسرا ولذلك
اذا كثر الناس في الحمام جدا عسر التنفس فيه وان كان الحمام كبيرا وذلك
لاحتياج هواه الى تخلخل كبير وتكاثف زائد بقدر انفاس الناس الذين
فيه ولذلك كانت الزحمة في الحمام مكروهة وان لم يكن حرارته شديدة
ولذلك ايضا اذا جلس الانسان في البيت الصغير عسر نفسه لكن
البيت خلاف الحمام بان له منفس يجذب منه الهوا تارة ويدفع اليه
اخرى ولا كذلك هوا الحمام فانه محبوس لا يدخل اليه ولا يخرج منه
الا شي قليل جدا واما الحمام الواسعة فان هواها وان احتاج
الى هذا التخلخل والتكاثف الحادث في الهوا الكثير ذلك لا يسع الهوا
الكثير وينبغي ان لا يكون الحمام مفرط الاتساع فان ذلك مما يعسر
معه تسخينه ومنها ان تقدم البنا وينبغي لذلك ان يكون متوسطا
[illegible] وذلك ان من الحمامات ما هو قريب العهد جدا بالبنا ومنها
[illegible] تطاول العهد بعتاقته جدا ومنها ما هو متوسط بين ذلك
[illegible] والحديث رديان وان الافضل المتوسط وذلك لان
[illegible] يكون العهد بما قصرجه قريبا فيكون هواه متكيفا بكيفيته
[illegible] فيكون استنشاقه بالنفس رديا ضارا بمزاج القلب
[illegible] الكلس من التجفيف والكرب واستنشاق هواه يكون
[illegible] ينبغي ان يكون الى الحر وان كان ما شديد الحرارة
[illegible] القديم جدا فان بناه يكون قد استهدم وربما حصل
[illegible] ما فيه خلل منه الهوا ويخرج فيكون الوارد
[illegible] تشبه فلذلك [illegible] هواه
[illegible] الحوال
اليه [illegible]

الحمام

الحرارة لان الحمام المفرط الحرارة تفرط في تحليل الروح وتسخينها وفي
تحليل الرطوبات فيشتد اضعافه واسالته بمزاج القلب واما الروح
واما الحمام البارد فيحدث النزلات ويبرد الراس ويورث الحميات لاجل
تكاثف الجلد واحتباس الابخرة الحادة واعتدال الحمام اما بالقوة الجملة
فان يكون ليس بشديد الحرارة ولا بارد فيتعذر فيه العرق واما
بالمنفصل فان يكون البيت الاول منه معتدلا لا اعني لا يحس فيه بحر
ولا ببرد وان يكون البيت الثاني غير مكرب وان يكون البيت الثالث
مانعا للنفس المستقيمة ومنها ان يكون عذب الما فانه اذا
كان كذلك فانه يبرد ويرطب اذا اجلس فيه قليلا واستعمل الما كثيرا
لو كان الى اعتدال [illegible] التسخين وقد ينقص مع الترطيب وذلك اذا كان
ماؤه شديد الحرارة وقد يقل ترطيبه ويكثر تحليله اذا اطيل المقام فيه
وبالجملة يحصل منه اغراض متضادة مع الامن من ايذا البدن بخلاف
غير العذب الما فان ماءه لا يخلو عن قوى اجسام غريبة تؤذي البدن
كالكبريتية والنطرونية وهذا ما اعتبار حفظ الصحة واما في الافلب في
عذب الما منافع كثيرة في مداوات الامراض وسياتي الكلام عليها
ومنها ان يكون كثير الضيا ليكون الضيا في الحمام مما انه مفرح
للقلب معينا على تحليل الفضلات فان كثرة الضو تجذب الحرارة
الى ظاهر البدن فيجذب معها الفضلات فيكون ذلك عونا على
تحليلها بخلاف قليل الضو فانه يفعل ضد ذلك وينبغي ان يكون وقود
الحمام بالحطب الخالي عن الحارة والدخان والرائحة الردية قيل وينبغي
ان [illegible] باغصان [illegible] واغصان القطن ويجتنب تسخينه بكساحة
الطرق والزبل ونحو ذلك وينبغي ان يكون حياض الحمام متسعة لتغطي
اكثر البشرة ليكون الترطيب عند الجلوس فيها متشابها في البدن ولا بد
من تجديد ما الحوض لكل وارد ليلا يكون باحدهم مرض يعدي الوارد [illegible]
بس وينبغي ايضا ان يكون مسلخه مشتملا على مواضع تصلح للاضطجاع
فيها فان ذلك مما يحتاج اليه بعد الخروج خاصة [illegible]
لتستريح بذلك القوة وتتدارك الضعف الحادث بسبب حر الحمام
ومنها ان يكون في السطح بركة ذات انابيب [illegible]
بعقد صالح فان ذلك مما يسر القلب والنفس فيتدارك [illegible]
الضعف الحادث عن الحمام [illegible]
او [illegible]

مما يكثر ميل النفس اليه وتتامله ليمنع ذلك من تحلل الروح الى داخل البدن
لا بد منه في الغشي فيكون ذلك مانعا من الغشي وليكن فيه من صور
الشجعان ومجالس الشرب وصور النسا الحسان ونحو ذلك ان الحكما المتقدمين
المستخرجين للحمام لما تحققوا ان الانسان اذا دخل الحمام لا بد وان
يتحلل من قواه شي كثير فاستخرجوا بفكرهم ما يجبر ذلك فرسموا صورا باصباغ
حسنة توجب النظر اليها زيادة في القوى والارواح وقسموا ذلك التصوير
الى ثلاثة اقسام ولم يتجاوزوا ذلك قسما واحدا لانهم علموا ان ارواح البدن
وقواه ثلاثة اصناف الحيوانية والنفسانية والطبيعية فجعلوا كل قسم
من التصوير سببا لتقوية قوة من القوى المذكورة والزيادة فيها اما القوى
الحيوانية فالقتال والالة واما القوى النفسانية فكصورة العاشق
والمعشوق واما القوى الطبيعية فالبساتين وصور الاشجار وما
اشبه ذلك ومن المعلوم ان هذا وان اقتضته القواعد الطبيعية لكن
لا يخفى عدم جوازه في الملة الاسلامية ويمكن ان يستغنى عن ذلك
بالنقوش المباحة وصور الات السلاح كالسيوف والقسي والرماح
والقلاع والحصون والقناطر والاشجار والسفن ونحو ذلك خصوصا
اذا جعلت مع ذلك الشمسات الحمام من زجاج شفاف ملونه بصنوف
الالوان وكان وضعها وضعا حسنا فان هذا الصنيع يحصل منه
الغرض المطلوب من تقوية القوة

الباب الثاني

في اختلاف انواع الحمام بحسب البيوت والما واختلاف الاستعمال
اما اختلاف افعال الحمام بحسب البيوت فنقول قد تقدم انه يجب
ان يكون مستوقد الحمام في ابعد المواضع عن المسلخ ويلزم من ذلك
ان يكون البيت الملاصق له اعني البيت الثالث شديد الحرارة وان
يكون البيت الذي يليه اي الثاني دون ذلك وان يكون البيت الذي
يلي الثاني دون ذلك وان يكون الذي يليه اي البيت الاول دون
[illegible] ذلك البيت الاول من الحمام مبردا مرطبا اعني اذا كان المقام
فيه مع استعمال الما بقدر معتدل وذلك لان حرارة هوا هذا
البيت وحرارة مائه قليلتين اما قلة حرارة هوائه فلبعده عن
موضع النار وقربه من الهوا الخارجي واما قلة حرارة مائه فانه
[illegible] من موضع النار [illegible] واذا كانت الحرارة ضعيفة
[illegible] هذا البيت قليلا كان تحليله
[illegible] ضعيفا [illegible] ترطيبه [illegible] يكون

الثالث

الثالث هو ترطيب الما فلذلك يكون هذا البيت مبردا مرطبا اللهم الا
اذا اطيل المقام فيه مع قلة استعمال الما فانه حينئذ يقل تبريده ويبعد
ترطيبه والبيت الثاني من الحمام مسخن مرطب اما تسخينه فلان حرارته
ابعد من حرارة الاول لقربه من مستوقد النار وبعده عن الهوا الخارجي
واما ترطيبه فلان زيادة هذه الحرارة قليلة فلا يشتد تحليلها فيكون
ترطيب الما غالبا اللهم الا اذا اطيل المقام فيه فانه حينئذ يفرط
في الحرارة ويقل ترطيبه والبيت الثالث من الحمام مسخن مجفف اما
تسخينه فظاهر وذلك لان هواه وماه شديد الحرارة لقربهما من موضع
النار وما يفيده الما من الترطيب لا يفي بتعديل ذلك واما تجفيفه فلان
حرارته لقوتها يشتد تحليلها فلا يبقى مع ذلك ترطيب الما خصوصا
وترطيب الما انما هو بالبل فلا يفيد ترطيبا غريزيا الا بالعرض
وذلك بان يشتغل حرارة الحمام بتحليل الرطوبات البالة عن زيادة
تحليل الرطوبة الغريزية فيضعف التحليل في الحمام لكن لا بد مع ذلك
من تحليل الرطوبات الغريزية فلذلك يكون هذا البيت مجففا خصوصا
اذا اطيل المقام فيه او قل استعمال الما وهذه الاحكام كلها
انما تكون اذا كان الحمام في اعتدال هوا لا انه قد يكون باردا جدا
فلا يكون فيه بيت مجفف الا بفرط طول المقام وقد يكون حارا جدا
فلا يكون البيت الاول منه مبردا فان قيل ان الحمام الموجودة الان
بالديار المصرية ليست سوى بيتين فما حكمهما فالجواب والله اعلم
ان البيت الاول من هذه الحمامات ينبغي ان يكون تبريده
وترطيبه اقل من البيت الاول الكاين في الحمام ذي الثلاث بيوت
ووجه ذلك ان قربه من الهوا الخارج يفيده التبريد والترطيب
وكذلك ينبغي ان يكون البيت الثاني لا يضعف تجفيفه ذلك الضعف
لانه لا يبعد مسافته من موضع النار ذاكيه فلذلك يقل ترطيبه
ويكون اصل الى التسخين والتركيب وكذلك ينبغي ان يكون البيت
الثاني من هذه الحمامات شبيها بالبيت الثالث من الحمام ذي
الثلاث بيوت وذلك لملاصقته لموضع النار لكن في ذلك لكن يكون
تجفيفه وتسخينه اقل من ذلك لقربه للهوا الخارجي منه واما اختلاف
افعال الحمام بحسب المياه فنقول اما الحمام العذب [illegible]
عليه واما الحمام التي مياهها [illegible]
ان يطبخ [illegible] الاشيا

الملحة كالرماد والنطرون او يطبخ فيها ما تفيدها ملوحة مثل البورق
وهو زبيب الجبل وحب الغار دوا الكبريت ونحو ذلك فان هذه
الاشيا وان لم تكن بمالحة لكنها تفعل فعل الاشيا المالحة في تلطيف
المياه فانها تحلل بترقيقها للرطوبات وتهيئها للتبخر وتزيل التربل وهو
انتفاخ يحصل في الاطراف لاستيلا البلغم وضيق عليها بسبب ضعف
هاضمها والترهل باطها وهو انتفاخ يحصل في الوجه وفي جفنات
العين وربما يحصل في الاطراف مع ميل اللون الى الرصاصية
لضعف الحار الغريزي وذلك بتحليل الرطوبات الموجبات لذلك وتنفع
اصحاب العرق بتحليلها المادته فلا تبقي في البدن ما يبقى تكونه
فالمياه النحاسية والحديدية تنفع من امراض البرد والرطوبة
وتنفع من اوجاع النقرس في المفاصل بسبب تقويتها المفاصل
وتجفيفها المواد وازالتها فضل الرطوبة وتنفع من الدماميل لاجل
تقويتها لظاهر البدن كلما تسيل مادة الدماميل وتنفع القروح
لان في هذه المياه قوة مقوية للاعضا دافعة لموادها المنصبة
اليها فتقوم مقام الدوا المنبت للحم لانه لا معنى له الا الدافع لما يمنع
من الانبات لا انه هو المنبت بالحقيقة والنحاسية تنفع الفم واللثة
والعين المسترخية لان استرخا هذه الاعضا انما يكون لاستيلا
مواد بلغمية عليها وفي الما النحاسي ينشف الرطوبات المذكورة
وفي رطوبات الاذن لتجفيفه الرطوبة الفضلية والحديدية نافعة
للطحال والطحال بتصليبها وتقويتها والمياه البورقية تنفع من
النزول القابلة للمواد في الصدر والتي تسيل الى الحلق لازالتها الرطوبة
الفضلية التي بها تكون الاستعداد لقبول المواد وتنفع المعدة
الرطبة واصحاب الاستسقا والنفخ كل ذلك لازالتها الرطوبة
التي سبب هذه الامراض والمياه الشبية والزاجية تنفع من
نفث الدم ونزف المقعدة لما فيها من القبض ومن نزف الطمث
لما فيها من التقوية وجمع افواه العروق وضمها ومن انقلاب
المقعدة لاسترخائها وتمنع من الاسقاط بغير سبب بادي لتقويتها
وتقليلها الرطوبات تجفيفها وتنشيفها لها ومن الترهل كما مر
وتنفع من العرق لقبضها وتقويتها والمياه الكبريتية تنقي
الاعصاب [illegible] والسدد والتشنج والمياه الكبريتية
تنقي الاعضا [illegible] من اوجاع البدن [illegible] البدن وتنفع
من

من البثور والقروح الردية المزمنة وفي الاثار السمجة والكلف
والبهق والبرص كل ذلك لتحليلها المواد الموجبة لهذه الامراض
وغلظ العضو المنصبة الى المفاصل وفي الطحال والكبد كل ذلك لتحليلها
وتحليلها وتليينها وتنفع من صلابة الرحم لدفعها المادة الموجبة
للصلابة والمياه القفرية تملا الراس فضولا وذلك لاجل تبخرها
فلذلك هي ضارة للعين فلذلك يجب اذا احتيج الى الاستحمام بهذا
الما ان لا يغمس فيها الراس وفيها تسخين للرحم والمثانة والقولون
ولكنها ردية للمرض المعروف بالنملة لانها بسبب زيادتها في التجفيف
والتسخين تزيد المادة حدة فتزيد النملة قال الشيخ ومن
اراد ان يستمري الحمام في المياه المذكورة فيجب ان يستحم فيها
بتدرج وسكون ورفق وتدرج وذلك لان التدرج يقلل الاحساس بالتاثيرات
وقلة الاحساس بالمنافي يوجب قلة التضرر به واما اختلاف افعال الحمام
بحسب اختلاف استعماله فنقول لما كان الحمام مشتملا على هوا وما حار
والهوا الحار يسخن ويحلل وربما هو ما هو مبرد مرطب وذلك لان هذا
الما وان كان حارا فان حرارته عرضية وهو بطبعه شديد البرد
فاذا تشربه البدن سخنه بالحرارة العرضية فاذا زالت حرارته العرضية
برد بذاته فلذلك لابد وان يكون الحمام يسخن بهواه وبحرارة
مايه ويبرد بمايه وكذلك هو ايضا يجفف بفرط تحليل الحرارة
ويرطب بتشرب البدن للما فلذلك يحدث من الحمام حرارة وبرودة
ورطوبة ويبوسة فتارة تكون الحرارة غالبة وذلك اذا كان الهوا
شديد الحرارة او كان استعمال الما قليلا جدا فلا يبرد تبريدا يتدارك
تسخين الهوا وتارة تكون البرودة غالبة وذلك اذا كانت حرارة
الما والهوا ضعيفة او اكثر استعمال الما جدا دون الهوا وتارة
تكون اليبوسة غالبة وذلك اذا كان التحليل اكثر من الترطيب لاجل كون
الهوا شديد الحرارة او طول المقام فيه مع قلة استعمال الما فلذلك
قد يستعمل الحمام على وجه فيرطب كما يفعل بالمدقوق فانه [illegible]
يستعمل الما اكثر من الهوا ليسكن الترطيب بالما ولا يزداد [illegible]
[illegible] حرارة الهوا [illegible] يوالي عليه صب الما [illegible]
[illegible] الما [illegible] على [illegible] الحمام [illegible]
بسد منافذ الما [illegible]
وينقص من [illegible]

التسخين الحاصل في القلب من هوا الحمام ولينعش القوة بعطرية لتدارك
ما اوجبه الحمام من الضعف بالتحليل ولتحبس المائية النافذة في المسام
لتشرج المسام بالرحمة ثم ينتقل من الحمام من غير مشقة الى مسكنه على تجمعه
تتجمد له ويتطيب بالطيب البارد وينبغي ان يترك في المسكن ساعة الى ان
يعود اليه التنفس المعتدل لترجع اليه قوته ويسقى من المرطبات مثل ماء
السكر وان استعمل منه قبل الحمام ايضا كان اكثر وقد يستعمل الحمام على جهة
تخفيف كما يفعل بالمستسقين وهو لا عيبا ان يكون دخولهم الحمام
على الخلو ويمشون الى الحمام ان قدروا على المشي والا ركبوا ويجب ان لا
يستعملوا الماء ساعة دخولهم بل تريصون مقدار ما يكثر عرقهم ويدلكون
بمثل الاشنان مع يسير من الملح ثم يغتسلون بالصابون ويخرجون
ويدخلوا بعد ذلك غذائهم وشرابهم وقد يستعمل الحمام على وجه فيسمن
وقد يستعمل على وجه اخر فيهزل وقد يستعمل على وجه اخر ولا يكون
له تاثير في الهزال ولا في السمن وذلك ان الهزال انما يكون اذا كان
الوارد من الغذا اقل من المتحلل والسمن انما يكون اذا كان الوارد ازيد
من المتحلل واما اذا استوى الامران فان البدن يبقى على حاله
فلذلك اذا استعمل الحمام على الخلو ولم يكن يوكل بعده سريعا واطيل
المقام فيه جفف لانه يحلل كثيرا ولم يكن ما تحلل يتدارك بعده به فلذلك
يكون هذا الحمام شديد التهزيل ولكن ذلك الهزال قد لا يظهر في الحمام
لان الحمام يبله الجلد لا بد وان يربو فيه الجلد قليلا فيخفى ذلك
الهزال الى ان يتحلل ما تشربه الجلد من الماء ويعود الى طبيعته فيظهر
الهزال وذلك بعد الخروج من الحمام بساعة او ساعتين الا في
البعض فانه لم يكن هكذا بل يربو ايظهر الهزال فيها في الحمام
ايضا كلما ازداد طول المقام في الحمام اكثر كان هذا الهزال ازيد
خصوصا اذا كان الجلوس في البيت الثالث واذا استعمل الحمام
على الامتلاء من الغذا كان تكاثر عقيب تناوله لم يكن في هذه الحالة
[illegible] استعداد الغذا بسبب قصور هضم لان يكون منه لحم
[illegible] لكنه حينئذ يحدث السدد والعفونة وكثرة الفضول
[illegible] كان بعد تناول الغذا بساعات كان ذلك يحدث سمنا
[illegible] لان اللحم انما يكون من متين الدم وذلك يكون
[illegible] يحدث السدد ايضا
[illegible] كان سمنا

لسرعة

لسرعة انجذابه الى الاعضاء بمصادفته تحلل الفضول ونقاء المجاري
ولكن بشرط ان يكون التغذية بقدر صالح واما اذا كان الغذا قليلا
جدا او زايدا مما ينبغي لم يحدث السمن اما في الاول فلتقدم التحلل
واما في الثاني فلقوة جذب الاعضاء حينئذ من المعدة ومعاونة
المعدة المثقلة غذاء بالرفع قبل الانهضام فيحدث السدد ايضا
واستشكل هذا بان جذب الكبد وغيرها انما هو بالطبع لا بالارادة
كما في جذب المعدة واذا كان كذلك لم يجذب الغذا الى الكبد والاعضاء
الاخر الا بعد تمام الهضم لان جذب الغذاء بالطبع انما يكون للغذا
الجيد الخالص الغذا او الغذا الغير ليس كذلك واجيب بان الجذب
الطبيعي انما يكون للجيد من الغذا والخالص اذا وجد فاما هو كذلك
واما اذا فقد هذا الغذا فقد تجذب الاعضاء حينئذ ما تجد
وان كان رديا [illegible] اذا استعمل الحمام بعد تمام هضم المعدة
فان الحمام حينئذ يكون شديد التسمين وذلك لقوة جذب
البدن حينئذ [illegible] المعدة و[illegible] استعداد الغذا حينئذ للتغذية
لكن يكون هذا السمن ايضا غير لحمي لقصور الهضم الكبدي في البرد
حينئذ فلا يكون الدم المتولد عن الغذا متينا حتى يتولد منه اللحم

الباب الثالث في تدبير الصحيح اذا دخل

الحمام هذا التدبير اما ان يكون قبل الدخول او عند الدخول او
بعد الدخول اما قبل الدخول فينبغي ان لا يكون الدخول عقيب
حركة عظيمة ولا تعب ولا استفراغ ولا اجماع ولا على خلو المعدة
الا ان يكون مرطوبا ولا على امتلاء الا ان يكون حار المزاج فلا باس
حينئذ من شرب بعض الاشربة كشراب التفاح او الرمان او شيء
من الخبز منقوعا في ماء الفواكه واما عند الدخول فينبغي ان
يكون دخوله تدريجا بان يمكث في كل بيت لحظة ثم ينتقل الى البيت
الاخر لان الانتقال من هوا الى اخر دفعة يضر فيمكث في كل بيت
مقدار ما يستانس البدن لكيفيته ويستعد لكيفية ما [illegible]
وينبغي ان لا يجري ماء الحمام خصوصا في الشتاء [illegible]
متعودة في [illegible] واما [illegible] لقعود الحمام
فعليها ان تتعلق بالزمان او بالمكان او بالاحوال [illegible]
التي تتعلق بالحمام اما ما يتعلق [illegible]
مكثه في الحمام [illegible]

البسوة وتوجب تنشف الرطوبات المائية وانجذاب الدم الى ظاهر
البدن فاذا اخذ البدن في الفتور بكثرة التحلل بعد ذلك كان سريعا الكرب
لما يحصل في البدن لضعف القلب من كثرة استنشاق الهواء الحار فقد
وقع افراط في المكث وحينئذ يجب الخروج لئلا يحصل الضعف من
افراط التحليل وقد وقع خلاف في اي الزمانين اصلح للحمام ازمان
الشتاء ام زمان الصيف فقال بعضهم زمان الشتاء لان حظه من التحليل
وقيل زمان الصيف وعلل بانه في الصيف يفتح المسام ويلين الاعضاء
والمفاصل مع الامن فيه من برد الهواء بعد الخروج من الحمام لان الهواء
في زمان الصيف ليس ببارد بخلاف الهواء في الشتاء فبرده والاولى عدم
الاطلاق فانه لا شك ان الحمام اذا استعمل في الشتاء واحتيط بعده
باستعمال الدثار ودفع الاذى عن الاهوية الى ان يسكن اثار الحمام فلا
ضرر في ذلك حينئذ ولا يقال ان الخروج من الحمام في الصيف من غير
احتياط بعدم وجود منه برد بعد خروجه فان الهواء الخارج عن الحمام
ابرد من هوائه ولو كان الوقت صيفا واما ما يتعلق بالمكان
ففي الشتاء يجلس المحرور في البيت الثاني من الحمام والمبرود في البيت
الثالث وفي الصيف يجلس المحرور في البيت الاول والمبرود في الثاني
وينبغي ان يفرش المكان الذي فيه الجلوس بالاوراق الخضر
كورق الاترج والمرسين وان يكون فيه من الازهار والبخورات ونحوها
ما يناسب الزمان والمزاج واما ما يتعلق بالاخوان فان يجلس الحمام
[illegible] من عندهم فضيلة واطلاع على الاخبار ونقل التواريخ والحكايات
النادرة والاحاديث المضحكة فان الخاطر ينعطف لذلك وينشرح الصدر
ويحصل التفريج فان كانوا مع ذلك من ذوي الصور الحسنة كان ذلك
احسن وينبغي ان لا يورد على الجمال المستحم من يكرهه او من به مرض ظاهر
[illegible] فان ذلك مما يوجب نفرة النفس واما الافعال التي تفعل
في الحمام فهي على قسمين وذلك لانها بفعلها في الحمام اما ان تكون من
[illegible] لا تكون اما القسم الاول فهو الدلك والغسل والحلق
[illegible] اما الدلك فهو يحلل العضو ويرقق الرطوبات
[illegible] ويصلب الاوتار والفضلات وله منافع مخصوصة
[illegible] في عضو خاص [illegible]
لا [illegible] منه على ما ينبغي الا ان ذلك
[illegible] فنقول
المفروض ان [illegible] خاص [illegible]

يحصل في ضمن ذلك التحليل من عضو خاص فيه اجحاف بالبدن
فذلك العضو الموف في هذه الصورة اولى لانه يستفرغ المادة
منه فقط ومن مناسبات هنا اذا اردنا تعظيم عضو قد صغر
عن المقدار الطبيعي فانه لا بد من دلكه دلكا خفيفا لان التعظيم انما
يحصل بنفوذ الغذاء اليه وهو انما يكون بتوفير حرارته لان احالة
التغذية انما تتم بها وبتوسيع مجاريه وهذا انما يحصل بالدلك
لا يقال ايضا الحركة تفعل ذلك لانا نقول ان كانت الحركة عامة لم
يحصل الغرض المطلوب وان كانت خاصة بالعضو فلا بد وان
يتحرك معه ما يجاوره من الاعضاء التي لم يرد تعظيمها فيحصل
خلاف الغرض والدلك على اقسام منه خشن اي باليد خشنة او خرق
خشنة كالكيس المستعمل في الحمام فيحمر اللون ويجذب جذبا للدم
الى الظاهر ما لم يفرط فانه اذا افرط تحلل الدم المنجذب فلا يحصل
المطلوب [illegible] فيحصل الهزال الا ان كان المحلل اكثر من المنجذب
ومنه صلب وهو ما يكون بعصر شديد وهذا يشده ويقوي الاعضاء
الضعيفة بسبب تحليله الرطوبات الموجبة للارخاء ومنه لين
وهو ما يزيل الصلب وهذا يرخي الاعضاء ويجذب الرطوبات اليها
وتسيلها بسبب تسخينه اللطيف وضعفه عن التحليل ومنه
كثير ما يكون زمانه طويلا فيهزل البدن بكثرة التحليل ومنه
معتدل في الزمان فيخصب البدن مع عدم تحليله له وتنفيش
الجلد فينبغي لمن اراد ان يستعمل الدلك الخشن قبل الغسل لينفتح المسام
فتتسع فلا [illegible] البالغ الى الباطن لترطيبه وكذلك من كان
الوسخ [illegible] ليتم خروج ما من [illegible]
ان يخرج من الرطوبات والفضلات واما الغسل فينبغي ان
بعد الدلك [illegible] ما يتحلل من الفضول وما بين الاوساخ [illegible]
[illegible] العرق [illegible] كان نظيفة [illegible]
من [illegible] الماء الحار على الراس حيث له صداع
[illegible] جلد راسه [illegible] لا [illegible] المسام [illegible]
الابخرة [illegible] الصداع فاذا صب عليه الماء الحار [illegible]
يحصل له ذلك وينبغي ان يستعمل الماء [illegible]
الجلد ثم [illegible]
[illegible]

الذي يكون مأواه لذلك الدوا اما من برد تفضيل حبسه فيستعمل الما الحار
ومن اتى فيه امور حاد تقوية الاحتمال ان امسا الراس فلا ينبغي ان
تغسل بما بارد ولا فاتر لكن بما شديد الحرارة يكاد ان يحرق جلده
الراس لان الما البارد وان كان يشد الدماغ لكنه يحقن فضلاته فيه
ويبرده فيسرى الاعضا كلها اذ الدماغ مبداها فتعسر الحركات
كلها وربما احدث ذلك الفالج او اللقوة لحينه فليحذر هذا جدا وكذلك
الما الفاتر يعد الدماغ برودة ورخاوة فتضعف الحركات كلها
والحواس كلها واما الما الحار جدا فانه يشد الدماغ ويحلل فضوله
عنه ويصلح مزاجه فيقوى الحركات والحواس كلها وربما جرت
العادة بالاغتسال به الشديد وهو حار يجفف فاحش فلذلك صار يوافق
لمن جلده متخلخل لاصحاب البلغم والحالة ويقوي الشعر ويقبضه
ويطوله ويحبس مادته عن التحلل وخصوصا اذا عجن به عصارة السلق
واما دقيق الخطمي ففيه انضاج وتليين وارخا فلذلك هو موافق لمن جلده
متكاثف مع يبوسة في المزاج ويزيل اوجاع الراس ويحلل الدموية منها وبالجملة
[illegible] الاوجاع وينفع من البهق ومن الناس من يضع الحنا على الراس
قبل الاغتسال والحنا فيه تحليل وتجفيف وتقبض [illegible] من الاوجاع واذا
عجن الحنا بالخل نفع الصداع الحار والقوابي [illegible] الشديد
الحلا ويفتح المسام ويحلل البلغم والرطوبات وينفع النوازل الباردة
خصوصا اذا خلط معه ادوية حارة [illegible]
وغيره وهو موافق لبرد الدماغ ومرطوبيه والطين [illegible]
ولا باس باستعمال الغسولات المتخذة من السنبل والزرور ود السعد
والاشنان ونحوها واما استعمال ما يجلو البشرة كدقيق الترمس
والفول وقشور البطيخ ونحوها واما الحلق فيعمل كذا حلق
الراس فهو مذهب للحار ونافع من الصداع الحار لاسيما اذا ادهن
بعده من الادهان المقوية للدماغ كدهن الورد ودهن [illegible] الصندل
ودهن الورد ونحو ذلك وكذا هو نافع من الصداع البارد ايضا لاسيما
اذا استعمل بعده الادهان الحارة المسكنة لذلك وينفع
من [illegible] ويقوي العين [illegible] واما حلق الراس [illegible]
الرديه [illegible] احدها تحلل الرطوبات الفضلية وثانيهما
[illegible] الشعر [illegible] القرابيه [illegible]
[illegible] الرطوبات
[illegible] الرطوبات

الى

الى العنق ويلزم ذلك زيادة اغتذايه وذلك يلزم زيادة وغلظه
وينبغي ان يكون في اول الدخول وهو قاعد فان القايم ربما
عرض له من ذلك غشي ومن لا يحلق فينبغي ان يمشط راسه فانه يفتح من م
مسام الراس ويخلخل جلده فيه الابخرة بسرعة التحلل ولذلك كان
مشط الراس في كل يوم يصفي الذهن وينفع البصر خصوصا في المشايخ
فان احتباس الفضول فيهم اكثر ومن كان جلده متكاثفا والابخرة
تكثر في راسه فالاولى ان يقدم المشط على الراس الغسل ثم بعد الغسل
يمشطه مرة اخرى ومن لم يمكنه ذلك فانه يكفيه مشط الراس بعد الغسل
وحلق العانة ينشر شهوة الباه وذلك لاجل تحلل الابخرة الدخانية
المنبعثة لامزجة اوعية المني فانها انما تحلل لتكاثف اوعية المني
على رطوبتها فيكون ما يتولد فيها من المني كثيرا ولاجل ذلك اذا كانت
هذه الادخنة كثيرة فانها حينيذ تضعف اوعية المني المجاورة لها
ويلزم ذلك قلة تولد المني وايضا فالشعر اذا كان في العانة كان الجماع
معه مستبعدا واذا حلق ذلك الشعر كان الجماع معه الذ فلذلك يكون
هذا الحلق مذكرا للنفس زيادة لذة الجماع فيكون اشتياقها اليه اكثر
ونتف الابط يدفع الابخرة عن غوالي القلب [illegible] وان نتف الابط
اولى لان ذلك يلزمه اخلا المكان من الشعر البتة ويلزم ذلك
سهولة انفصال الدخانية من هذه الاعضا ويلزم من هذا انه
اولى في شعر العانة ايضا لكن لما كان شعر عانة الرجل قوي [illegible]
فكان نتفه مولما جدا [illegible] المنابت [illegible] لاندفاع الفضول
اليها لاجل ضعفها فلذلك كان الحلق للرجال اولى [illegible] واكثر ذلك للنسا
فان قيل ما السبب في ان شعر عانة الرجال لا يسهل انتقاصه [illegible]
[illegible] شعر الابط وشعر عانة النسا اجيب بان السبب في قوة
نبات شعر العانة في الرجال هو كثرة الدخانية في اوعية مناهم [illegible]
مزاجهم ويلزم ذلك ان يكون ما يخرج منها في المسام كثيرا فيكون الشعر
المتكون هناك غليظا ومع غلظه [illegible] مسام العانة ليست بشديدة
السعة فلذلك يكون [illegible] الشعر في الرجال اقوى النبات [illegible]
شعر عانة النسا واما شعر ابطها الدخانية فيهن قليلة حرارة [illegible]
المواضع منهن ويضعف تمسك مسامهن [illegible]
لكثرة رطوبة هذه المواضع من النسا [illegible]
نباته ضعيف في الرجال [illegible] لان مسام الجلد هنا [illegible]

من مسام جلد العانة لان هذا الجلد احتيج ان يكون مسامه شديد السعة
ليسهل انحلال الفضول من هناك ولا يعود الى جهة القلب ولذلك كان
نبات شعر الابط يتاخر عن شعر العانة فلا ينبت حتى يمضي على البلوغ
مدة في نبشها لكثرة الدخانية ومن الناس من يستعمل النورة في الحمام عوضا
عن الحلق وكيفية استعمال ذلك ان يوخذ من النورة الناعمة البيضا المطفا
جزو ومن الزرنيخ الاصفر المحلول ثلاثة اجزا ويستعمل في اول دخول الحمام في
بيت بارد ويمكث مقدار ما يغلظ اثر الدوا ثم يغسل سريعا بالما البارد او
الفاتر ثم يستعمل بعد ذلك ما يقطع رايحة النورة كالطين الارمني
المربى بما الورد وكذا غيره من الاطيان والسعد والورد ونحوها واذا
احرقت النورة لطول مكثها على الجلد فليدهن بعدها بمثل دهن الورد
او البنفسج ويطلى بعد ذلك بالاسفيداج المذاب بما الورد واما حك
الرجلين فانه يحلل فضولهما ويزيل الاعيا ويمنع اوجاع العينين
والصداع ويجذب المواد الى اسفل خاصة ان وضعت الرجلان مع الحك
في الما الحار وكثيرا ما تنفتح الصدوع وحطبه بعد حكهما بالحجر
في ما حار الى قريب ركبتيه فيصير كان الصداع ينزل من راسه حتى [illegible]
كذلك في خير الحمام وذلك لاجل نزول المواد المتصدعة وافضل الحك ما
يكون بحجر شديد الخشونة ليكون تقشيره وتحليله اكثر اللهم الا ان كان الجلد
جدا فان الحجر الناعم اجود له وينبغي ان يكون حك الرجلين في اوايل الدخول
خصوصا لمن مواده رقيقة فان من الناس من اذا حك الرجلين حدث
[illegible] وتجمع في اسفل القدم لتشربه [illegible] بسبب ذلك
[illegible] ما يحتبس في جلد اسفل القدم من المواد التي تسيل اليه فيحدث
[illegible] الامتلا بعد ذلك الاحتياج [illegible] موضع من جهة [illegible]
[illegible] غير قابلة لذلك على حالها [illegible] وضع اجزا هذا
[illegible] فاحشا وسبب اختصاص اسفل القدم بذلك
[illegible] تكاثفه واستعداد مسامه ولانه في جهة سيلان الفضول
[illegible] اسفل البدن واما القسم الثاني من الافعال وهو الذي
[illegible] لوازم دخول الحمام ويمكن ان يشتغل فيه ذلك هو الاكل
[illegible] الحركات والاستفراغ والنوم اما الاكل في الحمام فهو ردي
[illegible] ويضيق النفس فيشتد الكرب [illegible]
[illegible] الاغذية الردية
الغليظة كالهريسة ونحوها او سريع الفساد فانه يكون حينيذ شديد

الضرر

الضرر وذلك لان الهضم في الحمام يضعف فيكون فساد هذه الاغذية
اكثر لضعف تصرف الطبيعة فيها خاصة اذا اكثر من شرب الما عليها
لكن من الناس من يكون معدته ضعيفة او حارة لا يحتمل الخلو وتوذي
في الحمام فاذا اراد [illegible] الحمام على خلو فينبغي ان يتناولوا
شيئا مثل الرمان والتفاح والسفرجل ونحو ذلك او يشربوا من ربوبها
او اشربتها وقد تقدم الكلام على نحو ذلك في التدبير الذي قبل الدخول
الى الحمام واما الشرب في الحمام فسنذكره عن قريب ان شرب
الاشربة والربوب نافع لتعديل المعدة ومنع انصباب المواد اليها
خاصة ان كانت تلك الاشربة حامضة كشراب الليمون والحصرم ونحوها
اذا استعمل ذلك في اوايل الدخول لكن يجب ان تكون تلك الاشربة
عند استعمالها معتدلة الكيفية في الحر والبرد فانها ان كانت
شديدة البرد اطفات حرارة الاحشا فلذلك كثيرا ما تضعف جدا
الكبد ونحوها واذا كانت شديدة الحر زادت في التهاب الاحشا وربما
اوقعت ذلك في الذبول اذا شرب الما البارد في الحمام وعقيب الخروج
منه فكثيرا ما يحدث الاستسقا ونحوه مثل سو القنية وسيلان
ضعف المعدة والكبد وذلك لان الاحشا تكون في الحمام ملتهبة
شديدة الاجتذاب للما فالما البارد حينئذ يندفع الى هذه الاعضا وهو
على غاية برده لاجل سرعة نفوذ الما خاصة اذا شرب على خلو المعدة
وكذلك شرب الما الشديد الحرارة في الحمام ردي [illegible] وربما
افسد مزاج الكبد والقلب وربما اوجب الدق واما الحركات
فالبدنية منها كالصراع ونحوه رديه ضاره لاجل زيادة تحليلها فان
استعمل شي من ذلك فليكن في اول الدخول من غير افراط فيه ولا
يكون ذلك في بيت الشديد الحرارة على ان مثل اصحاب الربو [illegible]
تنفعهم الحركة في الحمام بما يحلل من اخلاط ربوهم واما الحركات
النفسانية كالغضب والشرور الدايم والخوف فكل ذلك في الحمام ردي
ايضا واما ما يحرك الروح الى خارج كالسرور الدايم فلان ذلك
[illegible] في تحليل هوا الحمام للروح واما ما يحرك الروح الى داخل
كالجزع فلان ذلك يزيد في التسخين للقلب [illegible] حركة الروح
مستحقة لها كيفية [illegible] تلك الحركة وذلك مع [illegible] هوا
الحمام بما يكثر معه تحللها وفساد مزاجها [illegible]
[illegible]

في الحمام

المني وهو شديد الاضعاف وجب ان يكون الجماع بين اضر الاشيا
لاجتماع هذه المضعفات مع اضعاف تحليل الحمام خاصة اذا استعمل
بعد اطالة المقام في الحمام خاصة اذا كان على خلو البدن واما
الاستفراغ في الحمام فنقول اما الدوا المسهل فان الحمام يقطع فعله
لجذبه المواد الى قرب الجلد لما في فعل المسهل الذي انما هو ان يجذبها
الى عمق البدن فلذلك انما يدخل الحمام لقطع فعل المسهل لا للاعانة
عليه اللهم الا ان يكون الوقت شديد البرد ويكون مقام المستفرغ
في البيت الاول طلبا لاعتدال الهوا فحينئذ قد يكون معينا على الاسهال
لاجل اعانته على اذابة المواد ولكن هذا في الحقيقة ليس من قبيل شرب
المسهل في الحمام بل من قبيل شربه في مكان معتدل الهوا واما القي
في الحمام فانه ان كان بالادوية المقوية فحكمه حكم المسهل في الحمام فان لم
يخرج عقيبه ودى لان المقام بعد [illegible] المعدة لانصباب الفضول
اليها اللهم الا ان يدخل الحمام لاجل القي فيستقيا في اول دخوله ثم يخرج
عقيبه لان ذلك مما لا باس به وكذلك اذا كان القي عند ارادة
الخروج من الحمام وكان في البيت الاول فهو مما لا باس به ايضا لان تقدم
الحمام يسيل المواد ويثورها فتتهيا للاندفاع وكذلك اذا كان القي بعد
الخروج من الحمام واما الفصد والحجامة فانهما شديدا الضرورة
في الحمام لزيادة اضعافهما على اضعاف الحمام خاصة اذا كان ذلك
بعد اطالة المقام فيه اللهم الا ان يكون انسان غليظ الدم وانما
يسهل خروج دمه بالحجامة اذا وثق هذا تجوز له الحجامة في الحمام
فعليه بان يجلس فيها ساعة ثم يحتجم من غير اغتسال فان الاغتسال
يرطب الجلد ويرخيه فيهيئه للعفن وكثيرا ما يحدث عن ذلك البرص
المعروف ببرص الحجامة واما النوم في الحمام فانه يردي خاصة
اذا طال المقام فيه خاصة فان كان في الحمام صحيح وشبع ونحو ذلك
فانه يعين على تحليل الروح وقد حكى الاطبا ان ناسا ناموا في
الحمام فاصبحوا موتى وذلك لاجل [illegible] دواخهم وهم لا يعقلون حتى
[illegible] في المواقد التي لا يدخل الرياح اليها اذا كان فيها نار كالنار
التي [illegible] في البيت لا دخال الهوا ربما فقد قريبا من ذلك واما
نوم النهار [illegible] ضرر مما لو كان خارج الحمام لافراط اخراجه للدماغ
و[illegible] واما اذا كان النوم في الشتا
في الحمام [illegible] وكان [illegible] مفتوحا

ليسهل

ليسهل خروج البخار ودخول الهوا الى الحمام فذلك مما لا باس به واما
ما يدبر به في الخروج من الحمام فهو ان يغتسل للخروج وقد علمت كيفية
الاغتسال قبيل وينبغي ان يمسح الراس عند الخروج بما بارد ويغسل
به وجهه خصوصا في الصيف وهذا مشروط بصحة البدن [illegible]
من الصداع واوجاع الراس والنوازل وينبغي ان يتدرج في الخروج
الى المسلخ كما تدرج في الدخول لما علم من قبل وان يلبس في الشتا بعض
ملابسه داخل الحمام وتمامها خارجه وفي الصيف يجعل ذلك كله خارج الحمام
بعد ان ينشف العرق بالمناديل وينبغي ان يكون غسل رجليه بعد
الخروج بالما البارد ان كان الوقت صيفا او المزاج حارا وبالما الحار
ان كان الوقت شتا او المزاج باردا او ينشف عرقه بمنشفة معطرة ثم
يلبس في الشتا القطن الناعم وما فيه ابريسم مطيبا بما القراح وهو
ما زهر النارنج المستقطر او بالعود ويلبس في الصيف الكتان الرفيع
المطيب بما الورد والصندل وينبغي ان يقيم في المسلخ متكيا بمقدار
ما يسكن اثار الحمام ببعض السكون ثم يتدرج في مشيه الى مسكنه ان
كانت مسافته قريبة او يركب مركوبا لين المشي جيدا والاولى ان ينقل الى مسكنه
على محفة ترفع بالايدي او فوق بغل ثم يستعمل النوم اليسير على فرش وطيه
فان للنوم بعد الحمام منافع عظيمة قال جالينوس ينبغي ان يعلم
انه ليس شي يبلغ مبلغ النوم بعقب الحمام في انضاج ما ينبغي انضاجه
وتحليل الاخلاط الردية قال بعض الاطبا قد عرفت هذا الا ادخل حماما
الا مع غروب الشمس واخرج منه لنوم الليل المعرق المحمود فحمدت
اثر ذلك جدا ثم بعد النوم يرش على الوجه ما القراح او ما الورد بحسب
المزاج ثم يشرب شيئا من الاشربة بحسب المزاج ايضا ثم يستعمل الغذا
اللطيف اما في الصيف فالامراق الدسمة المحمضة واما في الشتا
فالا وجه وينبغي ان يصابر العطش عقب الخروج من الحمام [illegible]
[illegible] المسخونة التي اكتسبتها الاعضا من الحمام فحينئذ يشرب [illegible]
لو لم يصبر هذه المدة لشدة العطش فليمزج الما ببعض الاشربة [illegible]
قشر الاترج او شراب المصطكي ونحو ذلك ويستعمله [illegible]
التفاح المحمود بحسب الزمان او السكر المطيب بالمسك [illegible]
ان يجتنب بعد الحمام جميع الانفعالات النفسانية واما [illegible]
الحمام فقد اختلف فيها [illegible]
في كل [illegible]

واما طيلمعوس فانه عاش اكثر من مائة سنة وكان يستحم في الشتاء مرتين في
الشهر وفي الصيف اربع مرات في الشهر وفيما بين هذين ثلاث مرات
في الشهر وقال بعضهم قد جرت العادة بدخول الحمام في كل اسبوع مرة
وقال الشيخ الرئيس فيما نظم من وصايا ساد وقد يكن مستحما كل يومين
مرة ونقل عن حنين بن اسحق انه كان يستحم في كل يوم مرة ونهى
بعضهم عن الدخول في كل يوم وقال انه يعقبه الانحلال وهذه
الاقوال اذا تاملت لم يوجد فيها اختلاف في نفس الامر وذلك ان
دخول الحمام على قسمين فانه قد يكون لاجل تنقية البدن وتحليل الفضلات
المستلزم ذلك لاطالة المقام فيه وقد يكون بمجرد الاستحمام
من غير مكث فيه كمن يريد الغسل الشرعي مثلا او يريد صب الماء على
بدنه لاجل الترطيب ويخرج بسرعة فقول من امر بدخول الحمام في كل يوم
او يومين محمول على القسم الثاني من الدخول وقصد الدخول بغير اقامة
فيه وقول من امر بدخوله في كل عاشر من الايام او في كل اسبوع ومن دخوله
في كل يوم كذا قول جالينوس محمول على القسم الاول من الدخول وقصد الدخول
مع الاقامة والحاصل ان دخول الحمام من غير لبث يجب ان لا يضر ولو
تعدد في اليوم فانه لا مر يجب ان يتحفظ بعده من الهواء الخارجي
خصوصا في الشتاء كما علم

الباب الرابع

في جمل من كلام الامام ابقراط تتعلق باستحمام المرضى هذه
جمل ذكرها الامام ابقراط في كتابه تدبير الامراض الحادة ونحن
نذكرها في هذا الباب فانها كثيرة الفوائد ونشير الى شرحها مختصرة
قال الامام ابقراط واما الاستحمام فقد يمكن ان ينتفع
باستعماله في كثير من الامراض في بعضها دائما وفي بعضها لا وربما
كان الاصوب ان يقلل استعماله اذا لم يكن ما يحتاج اليه معدا
لان الالات التي يحتاج اليها في استعماله والخدم الذين يخدمون
المستحم انما يوجد في قليل من المنازل ومتى لم يستحم المريض
[illegible] امكن ان يناله من ذلك ضرر عظيم وذلك انه يحتاج ان يكون
استحمامه في موضع يستتر فيه لا دخان فيه والى مقدار من الماء
[illegible] وان يكون الاستحمام ليس بالمحضر الا ان يحتاج الى ذلك
[illegible] من الامراض ما يضرها الحمام دائما كالجراحات ان
[illegible] ينفعه دائما كالحمى اليومية لتعرقه
[illegible] ويستعملونها في آخر حمى الغب

فانها بعد نضج مادتها ينتفع فيها بالحمام لاخراجه مادتها بالعرق
والتحليل وقبل نضجها يضر فيها لتحريكه لها مع قصوره عن استفراغها
لعدم النضج قوله وربما كان الاصوب الى اخره يشير الى شروط
انتفاع المريض بدخول الحمام فمنها الستر والحمام من الهواء وقد
تقدمت علة ذلك ومنها خلوه عن الدخان لانه يسمي مزاج
القلب والروح ومنها ان يكون ماؤه كثيرا لتعاهد تخفيف الهواء للبدن
ومنها ان يكون الاستحمام بالماء غير مقتر اي لا يكون [illegible]
ليلا يحبس النفس ومنها حضور جميع الالات كالدثار والمادة التي
يغسل بها ومنها وجود الخدم لضعف المريض عن خدمة
نفسه فمتى لم توجد هذه الشروط كان ضرر الحمام اكثر من نفعه
للمريض فالاولى تركه قال ابقراط وينبغي ان لا يجلى بدن المريض
فان جلي فليكن ما يجلي به اضعافا كثيرة على ما جرت به العادة ويصب
قبل استعماله من الماء مقدارا ليس بالقليل ويعاد ايضا بسرعة
الشرح اكثر دخول المرضى للحمام انما هو للترطيب والاشياء
الجلاءة كالاشنان ونحوه تنافي ذلك لتحليلها لكن المريض قد يكون
كثير الوسخ جدا او الرطوبات الفضلية فحينئذ يمكن ان يستعمل هذه
الاشياء لكن ينبغي ان تكون اكثر مقدارا مما جرت به العادة في
زمن الصحة لتحصل على البدن كله دفعة فلا يطول زمان استعمالها
فلا يحصل الضعف للمريض بخلاف الصحيح فانه يمكنه طول المكث في
الحمام فيكفيه القليل من هذه الاشياء لامكان نقلها من عضو الى عضو
قال ابقراط وقد يحتاج الى ان يكون المسافة الى موضع
الابزن قصيرة ويكون الدخول اليه والخروج منه سهلا وينبغي
ان يكون المستحم صامتا لا يتولى شيئا من الفعل لكن غيره يصب عليه
الماء ويدلك بدنه الشرح الغرض هنا ترك الحركات [illegible]
واضعافها حتى اليسير منها كالكلام قال ابقراط فانها
كان تعدد الدلك اعدت ماء كثيرا ممزوجا ويكون صب الماء [illegible]
الشرح حاصله انه ينبغي للاستحمام عند الخروج من الحمام
بماء ممزوج ليرطب البدن ترطيبا عاما ويكون صبه على
البدن في زمان يسير فلا يكثر التحلل بطول الزمان [illegible]
ابقراط وجعل مكان التنسيف [illegible]
سفنج ولا ينبغي ان يمسح [illegible]

الراس فقد ينبغي ان يجففه بالتنشيف بالاسفنج ما امكن وشعره
منه لك ولا ينبغي ايضا ان يبرد الراس ولا شي من الاطراف ولا شي
من سائر البدن لان الشرح المقصود من الادهان بعد الحمام حبس الحرارة في
داخل البدن لتزيد الترطيب وينبغي ان ينشف البدن قبل الادهان لئلا
يبرد الما على الجسد فيبرده وينبغي ان يكون التنشيف بالاسفنج لشدة
جذبه للمائية ولا يبالغ في تنشيف البدن لئلا تذهب المائية بكلها فيبطل
الترطيب الا الراس فينبغي ان يبالغ في تنشيفه لان برد الما يوذيه
قال ابقراط ولا ينبغي ان يستعمل الاستحمام الا اذا كان قريب
العهد بتناول الحسا ولا اذا كان قريب العهد بشرب شي من الاشربة
ولا ايضا ان يستعمل الحسا ولا شيا من الاشربة شيا بعض الشرح
يجب ان يكون استحمام المريض بعد تمام الهضم لا عند استعمال هذا ولا
شراب اي من الاشربة الجريد لا الدوائية كشراب التفاح مثلا لان
دخول الحمام بعقب الغذا يكربهم لضعف هضمهم وكذلك يمنع من
تغذيهم بعقب الاستحمام لذلك يعبر بالحسا الذي هو اخف الاغذية
ليكون غيره اولى قال ابقراط فينبغي ان يستعمل الاستحمام في الامر
باكثر ممن كان معتادا لذلك معتادا له في وقت صحته وذلك انهم لا يتشوقون
الى استعمال ذلك فينتفعون به ويتاذون ان [illegible] ذلك الشرح
للمريض المعتاد بدخول الحمام في صحته يشتاق اليه في مرضه اكثر
بتشبث ما اعتادت به طبيعته من دفع فضوله بالاستحمام فلذلك
يتضرر بتركه ولا يضره الاكثار منه قال ابقراط والاستحمام
بالاستحمام في اكثر الامر في ذات الرئة اكثر منه في الحميات المحرقة وذلك
انه يسكن الوجع العارض في الجنب والقص وفيما بين الكتفين وينضج
ما يحتاج الى نفثه بالبصاق ويسهل ذلك ويجود النفس ويسكن التعب
وذلك انه يلين المفاصل ويرطب الجلد ويدر البول ويحل ثقل الراس
ويرطب المنخرين الشرح الحمام يسكن هذه الاوجاع اللازمة
لذات الرئة لارخايه وتحليله للورم الموجب لها وينضج ما يحتاج
الى نفثه من مادتها الغليظة بالبصاق لانه يسيل المواد ويرقها
وذلك ينفع ضيق النفس بتسييله المادة المزاحمة لمجاري النفس
[illegible] التعب قد يحمل على مطلق التعب لتليينه المفاصل
[illegible] المتعبة بالخروج وقد يحمل على التعب
[illegible] ويلين

المفاصل

المفاصل لما يحلل المنعقد فيها من المواد اللذاعة قوله ويدر البول
اي في الحمام لتسييله المواد وتليين المجاري واما تعليل الخروج
منه فيعلل البول لما خرج من الرطوبات بالعرق والتحلل الخفي قوله ويحل
ثقل الراس اي بخاري وصداع يحدث في ذات الرئة لازدياد الورم
حاصلة في عضو رطب مع حرارة تصعد الرطوبات بخارا وتوقع على سمت
الراس قوله ويرطب المنخرين اي من اصحاب ذات الرئة لترطيبه لجميع
البدن والظاهر ان ابقراط يريد بذات الرئة ههنا النوع قال
ابقراط اقول انما ينبغي ان يستعمل الحمام من كان بطنه في مرضه لينا باكثر
مما ينبغي [illegible] ينبغي ايضا ان يستعمل الاستحمام من كان بطنه معتقلا
باكثر مما ينبغي ومن لم يستفرغ بطنه اولا ولا لمن كان ايضا مستسقطا
ولا لمن نفسه تغثي او به قي ولا لمن يحتاج شيا من حفظ المواد ولا
لمن اصابه رعاف الا ان يكون ذلك اقل مما ينبغي وانت تعلم
بالمقدار الذي ينبغي ان يكون عليه الرعاف فان كان اقل مما ينبغي
فاستعمل الاستحمام ان كان البدن محتاجا الى ذلك لينتفع به في ساير
الاشيا التي ينتفع به فيها وان كان الراس فقط محتاجا اليه [illegible] قال
الشرح المسهولون لا يحتاجون الى تحليل الحمام بكثرة ما يخرج
من رطوباتهم لكن قد يحتاجون الى الحمام المرطب فقط ومعتقل
البطن يزداد اعتقاله بالحمام لجذبه الرطوبات من المعدة والامعا
ومنعه المستسقط اي ضعيف القوة من الحمام واضح وصاحب
الغثي [illegible] بالحمام في مرضه بارخايه فم المعدة وتبليله وكذا صاحب
القي المرادي عن الحمام [illegible] الى فوق [illegible] التقي وكذلك
صاحب [illegible] المرادي وصاحب الرعاف المفرط لا يحتاج الى الحمام
فان كان الرعاف قليلا واحتيج اليه استعمل الحمام ليعين عليه سواء كان
البدن يحتاج الى الحمام لكثرة الوسخ مثلا او كان محتاجا
لاجل الراس كما اذا حصل فيه [illegible] يتسبب لنقص الرعاف قال
ابقراط واما من كان محبا للاستحمام فليس يضره ان يستحم
مرتين في اليوم الشرح المحبة للحمام تقتضي الانتفاع
من النفع لا يضر قال ابقراط واستعمال الاستحمام
[illegible] ما امكن [illegible] ان يستعمل [illegible]
امكن استعمال الاستحمام [illegible]
تدبيرنا الاشربة فقط [illegible]

ظاهر فان من يدبر بالتعبير الاغلظ كانت قوا ما قوى فكان اشد ادعى الحمام
اكثر

الباب الخامس في ذكر منافع الحمام ومضاره وتدارك الخطا الواقع في استعماله

القول في منافع الحمام اما كان هو الطبيعي حارا فهو لا محالة يذيب الرطوبات الجامدة ويرققها ويسيلها فلعل ذلك هو ينضج الفضول ويهيئها للاندفاع ويفتح المسام وينقي الجلد ويمنع من حدوث الجرب والحكة والبثور والقروح والدماميل لما يحلل من المواد ويمنع من حدوث [illegible] كذلك ويبسط النفس ويحلل الاعياء من المنام ويلين الاعصاب والمفاصل ويحلل الاعيا ويريح البدن وينوم كثيرا خاصة اذا كان عذب الماء ويرطب الاعضاء كلها وينفع من الحميات البرسامية لترقيقه وكذلك حمى الغب بعد النضج وانقا وقد يميل المواد الى جهة الجلد فلذلك يعقل البطن ويقلل البول كاخراج الرطوبات من جهة [illegible]

القول فيما يحدث للحمام من المضادات اذا استعمل على غير ما ينبغي وتدارك الخطا الواقع في ذلك اما الحمام الحار جدا فانه يسيل الاخلاط الجامدة الى اعماق الاعضاء فيحدث افسادا واما اورام وربما تصعد الى الدماغ فيحدث اما صداع شديد واما سرسام اذا دفعت الرطوبات الى التجاويف فيحدث عنده صرع او سكته اما الصرع فاذا كانت السدد ناقصة واما السكته فاذا كانت تامة تداركه ضرر الحمام الحار اما من المشروبات والمطعمات فمثل رب التفاح ورب السفرجل ورب الحماض وشراب التمر هندي ونحو ذلك من المرقات [illegible] الاطلية فالصندل وماء الكزبرة والخل على الكبد والقلب [illegible] من دهن الورد والخل على الراس معتدلة في البرد [illegible] الرجلان ساعة في ماء بارد ثم [illegible] يصب منه شيء يسير على [illegible] ثم بعد ساعة يمسح الراس به ثم يصب قليلا قليلا على البدن [illegible] ان يكون الماء البارد معتدلا ليس بشديد البرد وينبغي ان يكون [illegible] الحمام [illegible] ثم يؤمر بالنوم على مراقد معتدلة واما الحمام [illegible] البارد [illegible] التعرق [illegible] ناقصة [illegible] منه [illegible] الحكة [illegible] النزلة والمغص [illegible] البارد [illegible] البدن والطبع [illegible] قبل الخروج بساعة [illegible] التدليك والتمريخ [illegible] الحار على الراس [illegible] ثم [illegible] البرد [illegible] وينام فيمن اخطا

يدخل الحمام دفعة وهو لا يخاف عليهم اما من كان مزاجهم حارا فان يصيبهم انتشار الحرارة الغريزية والتعب وضعف القلب والخفقان ومن كان بارد المزاج فيخشى عليه السكتة والفالج والخفقان علاج من دخل الحمام دفعة ممن هو حار المزاج ان يدرج في استخراجه الى البيت الاول ويرش تحت ابطه الايسر ماء ورد دفعة وان يخلط في الرب مبرد ثم تفاح بما يتوج به المتضرر ويشد حر الحمام واما من كان مزاجه باردا فيعالج [illegible] كذلك ثم يسقى شيئا من رب التفاح مع قليل من دوا المسك وينوم فيمن اخطا فخرج من الحمام دفعة اما حار المزاج فيخشى عليه النوازل الحادة ووجع الاعضاء ووجع المفاصل واما بارد المزاج فالجمود والشخوص وسلس البول والرعشة علاج من خرج من الحمام دفعة اما حار المزاج فيصب عليه وعلى راسه ماء حار [illegible] غرفة مسخنة وينوم واما بارد المزاج فانه [illegible] و ياسمين او دهن السوسن او دهن النسرين ويطلي الراس بمطبوخ السنبل والشبث [illegible] الاعضاء ويسقى من [illegible] او ترياق الاربعة ويطعم طعاما فيه ثوم [illegible] تدارك ضرر الاستحمام في الحمامات المالحة [illegible] والكبريتية ونحوها من المياه المتعفنة الكريهة هذه المياه ربما احدثت الاكلة من استعمالها اعراضا وتدارك ذلك ان يغتسل بعدها بالماء البارد والطين ثم يغتسل بعد ذلك بالماء الحار العذب ثم [illegible] بدهن الورد والطيب الرائحة [illegible] الاغتسال بالماء العذب بعد ذلك [illegible] افرط في [illegible] ان كان حار المزاج او يابسه عرض له سقوط قوة وهيجان مرار [illegible] كان سببا للحمى علاج ذلك التمرخ بدهن الورد ودهن البنفسج وتناول الاغذية اللطيفة [illegible] والاشربة اللطيفة مثل [illegible] والجلاب فعل الماء البارد في الحمام واما اذا كان الحمام حارا [illegible] البارد فيه فعل الخروج منه دفعة واشد وعلاجه [illegible] واما اذا كان الحمام باردا فعلاجه علاج الحمام البارد [illegible] الحار في الحمام هو فعل الهواء الحار واقوى الا انه لقصور [illegible] اقل تاثيرا ولانه لا يرد على القلب فيكون اخف نكاية [illegible] فيمن استعمل قبل الدخول [illegible] بعد [illegible] المعتدل فلا [illegible] كبير [illegible] افرط [illegible] الحمام [illegible]

يمكث فيه الانقاد ما يستفيد من رطوبته وانما يضر من اطال المكث فيه
حتى اخذ الحمام من رطوبته فوق ما يعطيه وجففه بما ادي الى الدق اذا
اشتد سخونة القلب او الى الاستسقا ان تحلل الكبد المفرط وبرد مزاج
الاحشا فتدارك ذلك الاغتسال بالماء البارد وصب الدهن المفتر شيئا
والمبرد صيفا في اللبن الحليب على الراس وتغشي المرقد المنضوحة من مد تفقه
الطبيخ او الحلان وان يظهر برد في الاحشا فعلامته دواه الحمص والنشخ
والجنا الحامض وتعا ركه شربه منزوعا الكركم وتقطير دهن البنفسج في
الاذن لمن عليه المواد دهن الخيري لمن بردت احشاؤه نافع في هذا الحمام
الكبير في الحمام ينفعل فعل الحركة الشديدة فالعلاج العلاج الحمام على الطعام
يوجب سددا في الكبد والعروق لانجذاب المواد الغذائية الغير المنهضمة
الى ظاهر البدن والشده تبعثها الامراض السددية مثل انقطاع الغذا عن
ظاهر البدن والاسهال والحميات العفنية اذ السدد احد اسباب العفونة
فتدارك ذلك باستعمال السكنجبين البزوري والاستفراغ الصعب
فما ادخ فيه فاستعمال الاغذية الخفيفة عدة ايام فيمن شرب الماء البارد
في الحمام وخيشا باردا هذا خطر عظيم لما علم تداركه ذلك ان يشرب
شربة من دوا المسك او مسرود طوس يحرك الكبد والقلب بحرقه حرارة
مطيبة او يتناول غذا مبردا وللكبريت خاصية في دفع هذا الضرر وشراب
الافسنتين ههنا نافع دخول الحمام والمعدة ممتلية هذا ايضا خطر لانه
يحدث منه عفونة الاخلاط المحتبسة في البدن فادواء في الاحشا مثل
ذات الجنب وذات الرئة ومما يخاف منه ثوران الكبد فالتعالج ولها الحميات
فقرب الاشيا منه تدارك هذا الضرر ذلك ان تتكلف تقيا ينبغي ان
يبادر الى الفصد ويستخرج من الدم مقدارا صالحا فان سكن والا استفرغ
[illegible] الفواكه ويتناول الاشربة المانعة من العفونة مثل رب السفرجل
[illegible] التفاح ورب الاجاص ونحو ذلك ويطلي الكبد والقلب بالاطليه
[illegible] مثل الكزبرة والخل وعنب الثعلب مع كثيرا الورد وصندل
[illegible] تتمة في منافع الاغتسال بالماء البارد وشروط استعماله
الاغتسال بالماء البارد وقد يقصد به التبرد كما يكون في الحر الشديد وقد
[illegible] البدن وتكسيه كما اذا كان البدن شديد التحلل وقد يقصد
به تصلب الاعضا كما يفعل المرتاضون لتصلب اعضائهم وقد يقصد
[illegible] الاعضا كما يفعل به صاحب الدماميل ليمنع تحرك
المواد الى [illegible] الحر [illegible] تحت الجلد كما يفعل صاحب

التبرد والتسخن قال ابقراط وربما صب على من به تمدد من غير
قرحة وهو شاب حسن اللحم في وسط من الصيف ماء بارد كثير فاحدث
له انعاشا من حرارة فكان خلاصه بتلك الحرارة وقد يقصد به قلة
التحلل اصلا من الرطوبات كما يستحم النحيف بالماء البارد ليقل تحلل
ما يتحلل من رطوباته فيكون ذلك سببا لخصب بدنه واما من الازواج
كما يستحم منسم المسام ليقل ما يتحلل من ازواجه وقد يكون المقصود به
حبس الاستفراغات اما الذي بالعرق كما يستحم الكثير العرق ليقل
عرقه بانسداد المسام واما التي بالاسهال كما يستحم صاحب
الاسهال الكائن عن مواد رقيقة او الكائن عن استعمال بعض المسهلات
لتجمد المواد فينقطع الاسهال ولاستعمال الماء البارد شروط وهي
الا يكون المستعمل له صغيرا جدا كالطفل لضعف بدنه ولا كبيرا جدا
كالشيخ لضعف حرارته الغريزية ولا شديد النحافة فيصل برد الماء الى
عمقه ويطفي حرارته ولا مفرط السمن فان ذلك يلزمه برد المزاج
وانسداد المسام واستعمال الماء البارد يزيد في ذلك وان لا يكون ذلك في
فصل الشتاء لبرده ولا في الخريف لاختلاف هوائه وان لا يكون قد
تقدم اسهال او قي عنيفين او فصد او جماع او غير ذلك مما يخلخل البدن
فيهيئه لنفوذ الماء البارد فيه وان لا يكون فيه تقدم فساد في الغذا
او تخمة فيحبسه ما فسد عن التحلل وان لا يكون في برد المستحم فضول لذلك
وان لا يكون ضعيف القوى وان لا يكون اغتساله عقيب سهر لاضعافه
القوى وان لا يكون به نزلة لان الماء البارد يزيد فيها بقبض المواد
الى اسفل وان لا يكون الاغتسال عقيب الاكل فيعصر حينئذ ما يحتاج
اليه من عظم النبض الحادث للتسخن الباطن ولا على الخلو فتنصب
الرطوبات الى المعدة لانحصارها ببرد الماء وان لا يكون الماء شديد
البرد لقوة تاثيره حينئذ وان لا يطيل استعماله حتى يحدث الرعشة
بل يعتدل بما يتقدم به وان لا يبتدي بالكثير منه دفعة بل يتدرج
ابتدا ذلك في وسط يوم شديد الحرارة وقد يكون الاستحمام [illegible]
عقيب الرياضة فيهيا دخول الهوا تقدم ليتدارك ذلك [illegible]
الماء البارد من جنس الفضول واذا خرج المستحم من الماء البارد [illegible]
اليه اللون الطبيعي بسرعة علم ان الاستحمام [illegible]
عود اللون فالعكس وكذا اذا اسرع [illegible]
او ابطا [illegible]

عند شرب الخمر فاذا استعمل الاعتدال بالماء البارد وحمد واجتنب هذه الشروط
التي ذكرت قوي الحار الغريزي وانعش القوى وهضم الشهوة وعدل المزاج
وقوي الفكرة وصفا الذهن وازال الكرب وكل ذلك تعديله ما اوجبه الخمر
الحيواني من شوب المزاج وتحريك الحار الغريزي في الباطن ولذلك يقوى
الهضم ويصلح الاعضا ويكسبها ويمنع استعدادها لتغيير ضرر
الهوا والله اعلم   تمت المقالة بحمد الله وعونه وحسن توفيقه

[illegible]

[illegible]